



令和2年 1月

きゅうしょくだより (離乳食 5~6か月)

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
4 18 (土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 みかん	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,じゃがいも,人参,チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉 / みかん	りんご果汁
6 20 (月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 / はくさい,だし昆布,片栗粉	りんご
7 21 (火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,大根,だし昆布 / 大根,人参,小松菜,だし昆布,片栗粉	みかん
8 22 (水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし おろし煮きゅうり	米 / (絹)豆腐,大根,人参,はくさい,だし昆布,片栗粉 / きゅうり,だし昆布,片栗粉	りんご
10 24 (金)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし さつまいものマッシュ	米 / 豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 / さつまいも,だし昆布	りんご
11 25 (土)	つぶし粥 野菜の煮つぶし みかん	米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,さつまいも,切干し大根,だし昆布,片栗粉 / みかん	りんご果汁
14 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,かぶ,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 / チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉	みかん
15 29 (水)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 / かぶ,はくさい,たまねぎ,だし昆布,片栗粉	みかん
16 30 (木)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	米 / たまねぎ,人参,切干し大根,凍り豆腐,だし昆布,片栗粉 / ほうれん草,だし昆布,片栗粉	みかん
17 31 (金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,人参,大根,だし昆布,片栗粉 / キャベツ,だし昆布,片栗粉	いちご
23 (木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	米 / 白身魚,小松菜,だし昆布,片栗粉 / はくさい,だし昆布,片栗粉	みかん
27 (月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,焼ふ,大根,人参,だし昆布,片栗粉 / はくさい,ほうれん草,だし昆布,片栗粉	みかん
28 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,かぶ,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 / チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉	りんご
誕生会 9 (木)	つぶし粥 煮つぶし つぶし煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,キャベツ,だし昆布,片栗粉 / 小松菜,だし昆布,片栗粉	いちご

月平均栄養価 エネルギー 193kcal たんぱく質 6.1g 脂質 2.2g

○上記以外にミルクがつきます。
○献立は諸事情により、変更することがあります。

